“लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा तुलनात्मक अभ्यास”

मान्यतेस्तव सादर

स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ, नांदेड आंतरविद्याशाखीय अंतर्गत शारीरिक शिक्षण विषयातील विद्यावाचस्पती (पीएच.डी.) पदवी साठी सादर करण्यात येणाऱ्या शोध प्रबंधाचा आराखडा

संशोधन आराखडा
(प्रारूप)

संशोधनकर्ता

रघुनाथ धोंडिराम नगरगोजे

मार्गदर्शक

डॉ. महाजन चरणजीत सिंग दिलीपसिंग

प्राध्यापक

नारायणराव चव्हाण लॉ कॉलेज, विसावा नगर,नांदेड – ४३०६०२

वर्ष - २०२२

प्रकरण पहिले

प्रस्तावना

वृत्ती एखाद्या व्यक्तीच्या भावना, विश्वास आणि एखाद्या गोष्टीबद्दलच्या वागणुकीचा संदर्भ देते. मुळात वृत्ती म्हणजे आपण एखाद्या गोष्टीबद्दल कसे वाटते, विचार करतो आणि वागतो. सकारात्मक दृष्टिकोन, नकारात्मक दृष्टीकोन, तटस्थ वृत्ती आणि अगदी मिश्र वृत्ती यासारखे विविध प्रकारचे मनोवृत्ती आहेत जिथे एखाद्याला एखाद्या गोष्टीबद्दल सकारात्मक आणि नकारात्मक दोन्ही भावना असू शकतात. आपण आपल्या सभोवतालच्या जगाला कसे समजतो आणि त्याच्याशी संवाद साधतो हे मनोवृत्ती आकार देऊ शकते. वृत्ती ही वैयक्तिक दृष्टीकोन किंवा मतासारखी आहे. आपल्या मनोवृत्तीबद्दल आणि ते आपल्या जीवनावर कसा परिणाम करतात याबद्दल जागरूक असणे महत्वाचे आहे.

वृत्तीची रचना

मनोवृत्तीच्या संरचनेचे वर्णन तीन घटकांच्या संदर्भात करता येईल.

१) प्रभावी घटक: यामध्ये वृत्ती वस्तूबद्दल व्यक्तीच्या भावनांचा समावेश होतो.
उदाहरणार्थ: “मला कोळीची भीती वाटते”.

२) वर्तणूक (किंवा संप्रेरक) घटक: आपल्या वृत्तीचा ज्या प्रकारे प्रभाव पडतो.

आपण कसे वागतो किंवा कसे वागतो यावर. उदाहरणार्थ: “मी कोळी टाळतो आणि ओरडतो जर मी एक पहा".

३) संज्ञानात्मक घटक: यामध्ये एखाद्या व्यक्तीचा वृत्तीच्या वस्तूबद्दलचा विश्वास / ज्ञान समाविष्ट आहे. उदाहरणार्थ: "माझा विश्वास आहे की कोळी धोकादायक आहेत". हे मॉडेल एबीसी मॉडेल ऑफ ॲटिट्यूड (मॅक्लिडो, २०१८) म्हणून ओळखले जाते.

व्यक्तीची वृत्ती व तिचे वर्तन ह्यांत सुसंगती असते असे गृहीत धरुन आणि तिच्या आपल्याला निश्चित ठाऊक असलेल्या वृत्तींचा आधार घेऊन विशिष्ट संदर्भात तिचे वर्तन कसे राहील ह्याबद्दल निश्चित स्वरुपाचे पूर्वकथन करता येईल का, असा प्रश्न उपस्थित केला जातो. मानसशास्त्रीय संशोधनातून मिळणाऱ्या निष्कर्षानुसार असे पूर्वकथन करण्याला बऱ्याच मर्यादा आहेत. अनेक

कारणांमुळे व्यक्तीची वृत्ती आणि तिचे प्रत्यक्ष वर्तन ह्यांत फार मोठी सुसंगती आढळत नाही कारण वृत्ती आणि वर्तन ह्यांच्यातील सुसंगतीचे प्रमाण अनेक घटकांवर अवलंबून असते. त्या व्यक्तीची ती विशिष्ट वृत्ती कशी घडली, त्या व्यक्तीचे एकंदर व्यक्तिमत्व कशा प्रकारचे आहे, त्या व्यक्तीच्या वृत्तीशी सुसंगत वाटेल अशा कोणत्या वर्तनाचे पूर्वकथन करायचे आहे, अशा अनेक प्रश्नांचा विचार करावा लागतो.

विविध वृत्तींचे वेळोवेळी मापन करुन त्यांच्या प्रभावाचा अंदाज घेण्यासाठी वृत्तिमापनाची विविध तंत्रे विकसित करण्यात आली आहेत. त्यांत थर्स्टन, लायकर्ट, बोगार्ड्स, ऑसगुड अशा काहींची तंत्रे प्रसिद्ध आहेत. त्यांतही लायकर्टची वृत्तिमापनपद्धती अधिक प्रचारात आहे.

शारीरिक क्रियाकल्प

सक्रिय होण्याच्या लोकप्रिय मार्गांमध्ये चालणे, सायकलिंग, व्हीलिंग, खेळ, सक्रिय मनोरंजन आणि खेळ यांचा समावेश होतो आणि ते कौशल्याच्या कोणत्याही स्तरावर आणि प्रत्येकाच्या आनंदासाठी केले जाऊ शकते. नियमित शारीरिक हालचाली हृदयविकार, स्ट्रोक, मधुमेह आणि अनेक कर्करोग यांसारख्या गैर-संसर्गजन्य रोगांना प्रतिबंध आणि व्यवस्थापित करण्यात मदत करतात हे सिद्ध झाले आहे. हे उच्च रक्तदाब टाळण्यास, निरोगी राहण्यास देखील मदत करते शरीराचे वजन आणि मानसिक आरोग्य, जीवनाची गुणवत्ता आणि आरोग्य सुधारू शकते. (डब्ल्यूएचओ २०२०)

शारीरिक क्रियाकलाप किती वेळ करावा ?

डब्ल्यूएचओ मार्गदर्शक तत्त्वे आणि शिफारशी वेगवेगळ्या वयोगटांसाठी आणि विशिष्ट लोकसंख्येसाठी चांगल्या आरोग्यासाठी किती शारीरिक हालचाली आवश्यक आहेत याबद्दल तपशील देतात (डब्ल्यूएचओ, २०२०).

५-१७ वर्षे वयोगटातील मुले आणि किशोरवयीन मुलांनी हे केले पाहिजे:

☐ आठवड्याभरात दररोज किमान सरासरी 6० मिनिटे मध्यम-ते-जोमदार तीव्रतेचे, एरोबिक, शारीरिक क्रियाकलाप करा. आठवड्यातून कमीत कमी ३ दिवस

जोमदार-तीव्रतेच्या एरोबिक क्रियाकलाप, तसेच स्नायू आणि हाडे मजबूत करणाऱ्या क्रियाकलापांचा समावेश करावा. बसून राहण्यासाठी घालवलेला वेळ मर्यादित केला पाहिजे, विशेषत: कमीत कमी १५०-३०० मिनिटे मध्यम तीव्रतेचे एरोबिक शारीरिक क्रियाकलाप केले पाहिजे. किमान ७५-१५० मिनिटे जोमदार-तीव्रता एरोबिक शारीरिक क्रियाकलाप; किंवा संपूर्ण आठवडाभर मध्यम- आणि जोमदार-तीव्रतेच्या क्रियाकलापांचे समतुल्य संयोजन (डब्ल्यूएचओ, २०२०).

मांसपेशी मजबूत करणारे क्रियाकलाप देखील मध्यम किंवा जास्त तीव्रतेने केले पाहिजेत ज्यात आठवड्यातून २ किंवा अधिक दिवस सर्व प्रमुख स्नायू गट समाविष्ट असतात, कारण ते अतिरिक्त आरोग्य फायदे देतात (डब्ल्यूएचओ, २०२०).

१८-६४ वर्षे वयोगटातील प्रौढांनी हे केले पाहिजे:

३०० मिनिटांपेक्षा जास्त एरोबिक शारीरिक क्रियाकलाप; किंवा १५० मिनिटांपेक्षा जास्त जोमदार-तीव्रता एरोबिक शारीरिक क्रियाकलाप करा; किंवा अतिरिक्त आरोग्य फायद्यांसाठी (डब्ल्यूएचओ, 2020) आठवड्याभरात मध्यम- आणि जोमदार-तीव्रतेच्या क्रियाकलापांचे समतुल्य संयोजन.

बसून राहण्यात घालवलेल्या वेळेची मर्यादा असावी. कोणत्याही तीव्रतेच्या शारीरिक हालचालींसह बैठी वेळ बदलल्याने आरोग्य फायदे मिळतात आणि आरोग्यावरील उच्च पातळीच्या बैठी वर्तनाचे हानिकारक प्रभाव कमी करण्यात मदत करण्यासाठी, सर्व प्रौढ आणि वृद्धांनी शिफारस केलेल्या मध्यम पातळीपेक्षा अधिक करण्याचे लक्ष्य ठेवले पाहिजे. (डब्ल्यूएचओ, २०२०).

चांगले आरोग्य आणि आरोग्य राखण्यासाठी शारीरिक क्रियाकलाप महत्त्वपूर्ण आहे. शारीरिक क्रियाकलाप आवश्यक असण्याची अनेक कारणे आहेत: शारीरिक आरोग्य, मानसिक आरोग्य, वजन व्यवस्थापन, झोप,ऊर्जा, संज्ञानात्मक कार्य, सामाजिक संवाद, तणाव कमी करणे, हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी आरोग्य, हाडांचे आरोग्य, सुधारित पवित्रा आणि संतुलन, दीर्घायुष्य, वर्धित रोगप्रतिकारक कार्य.

तुमच्या दैनंदिन दिनचर्यामध्ये शारीरिक हालचालींचा समावेश करणे, मग ते संरचित व्यायामाद्वारे असो किंवा तुमच्या दैनंदिन जीवनात अधिक सक्रिय राहून (उदा. चालणे, पायऱ्या चढणे) हे सर्वांगीण आरोग्य आणि कल्याणासाठी आवश्यक आहे. शारीरिक हालचालींचा प्रकार आणि तीव्रता व्यक्तीपरत्वे बदलू शकते, परंतु तुम्हाला आवडणारे क्रियाकलाप शोधणे निरोगी आणि सक्रिय जीवनशैली राखणे सोपे करू शकते.

शारीरिक क्रियाकल्पकडे विद्यार्थ्यांच्या वृत्तीचे परीक्षण करणे हे त्यांचे सर्वांगीण कल्याण, शारीरिक आरोग्य, मानसिक आरोग्य, शैक्षणिक यश आणि आजीवन निरोगी सवयींच्या विकासासाठी महत्त्वपूर्ण आहे. हे शिक्षक, धोरणकर्ते आणि पालकांना हस्तक्षेप आणि कार्यक्रम तयार करण्यास अनुमती देते जे विद्यार्थ्यांशी प्रतिध्वनी करतात आणि त्यांना सक्रिय आणि निरोगी जीवन जगण्यासाठी प्रोत्साहित करतात.

समस्येचे कथन

लोकसंख्येचा विचार करता आरोग्याच्या विविध निकषांमध्ये भारत कमी पडतो हे स्पष्ट आहे. जगाच्या लोकसंख्येपैकी एक पंचमांश असल्याने मोठी जबाबदारी येते. हृदयविकार, हृदय व रक्तवाहिन्यासंबंधी रोग, लठ्ठपणा दर, मध्यवर्ती लठ्ठपणा दर, जन्मावेळी आयुर्मान इत्यादि संबंधात भारतातील संख्या ही भारतीय लोकसंख्येसाठी चिंताजनक आकडेवारी आहे. तथापि, संशोधकाने जगभरातील चिंताजनक कोविड-१९ सर्जचे निरीक्षण केले आहे, शारीरिक क्रियाकल्प आता अधिक वेळा हायलाइट केला गेला आहे आणि त्याचा सराव केला गेला आहे आणि यामुळे शारीरिक हालचालींबद्दल आणि त्याच्या फायद्यांबद्दल लोकांच्या धारणांमध्ये सकारात्मक बदल झाला आहे. अशाप्रकारे संशोधकाला सद्यस्थितीचा अभ्यास करण्याची गरज भासते आणि लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुले आणि मुलींचा शारीरिक क्रियाकलापां पाहण्याचा दृष्टीकोन, कोणतीही शारीरिक क्रिया करताना ते कोणत्या प्रकारची विचारसरणी धारण करतात.

मानसशास्त्रात फक्त समजल्या जाणाऱ्या वृत्ती म्हणजे व्यक्तीच्या स्वतःबद्दल आणि जगाबद्दलच्या भावना. एखाद्या व्यक्तीच्या भूतकाळातून आणि वर्तमानातून दृष्टीकोन तयार केला जाऊ शकतो. शारीरिक क्रियाकलापांशी संबंध असलेल्या वृत्तीच्या अभ्यासातील मुख्य विषय. हा

अभ्यास तरुण लोकांच्या शारीरिक क्रियाकलापां पाहण्याचा दृष्टीकोन तपासेल जेव्हा ते कोणतीही शारीरिक क्रिया करतात तेव्हा ते कोणत्या प्रकारची विचारसरणी करतात.

शारीरिक क्रियाकलापांबद्दलचा दृष्टीकोन आणि शारीरिक शिक्षण वर्गांबद्दलची धारणा समजून घेणे महत्त्वाचे आहे कारण ते एखाद्या व्यक्तीच्या क्रियाकलाप सुरू करण्याच्या किंवा पुढे चालू ठेवण्याच्या निर्णयावर प्रभाव टाकू शकतात (सुब्रमण्यम, १९९९).

<u>संशोधनाची गरज आणि महत्व</u>

सदर संशोधनाच्या अभ्यासामुळे लातूर शहरातील विद्यार्थ्यांमध्ये शारीरिक क्रियकल्प आणि शारीरिक तंदुरुस्तीकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन काय आहे हे समजण्यास मदत होईल.

सदर संशोधनाचा अभ्यास ११ वी व १२ वी दरम्यानच्या मुलं - मुलींचा त्यांच्या शारीरिक क्रियकल्पबद्दलचा सध्याचा दृष्टिकोन समजून घेण्यास मदत करेल. तरुणांना जोमदार शारीरिक क्रियाकल्प आवडतात का हे समजण्यास या अभ्यासामुळे मदत होईल.

विद्यार्थ्या त्यांच्या मित्रांचे ऐकतात किंवा इतर लोक ते काय करतात ते पाहतात आणि ते कार्य करण्यास सुरवात करतात आणि काही दिवस किंवा महिन्यांनंतर त्यांचा त्या क्रियाकलापातील रस कमी होतो.

विद्यार्थ्यांना क्रियाकलाप किंवा ते करत असलेल्या हालचालींचा आनंद घ्यावा किंवा आवडला पाहिजे. मग ते ट्रेकिंग असो, डान्सिंग असो किंवा इतर कोणताही उपक्रम असो. लोकांना ते दररोज करत असलेल्या कोणत्याही हालचालींनंतर आरामशीर, ताजे आणि सक्रिय वाटले पाहिजे.

आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या युगात शारीरिक क्रियकल्प विद्यार्थ्यांमध्ये अत्यंत महत्वाचा आहे जर विद्यार्थ्यांमध्ये शारीरिक क्रियकल्प करत नसतील तर ते धोक्याचे आहे. सदर संशोधनावरून विद्यार्थ्या शारीरिक क्रियकल्प करतात का नाही किंवा ते करतात तर किती प्रमाणात करतात हे ही दिसून येईल. तरुणांना जोमदार शारीरिक हालचाली आवडतात का हे समजून घेण्यास हा अभ्यास मदत करेल. सदर संशोधनाचा परिणाम लोकांना / विद्यार्थ्यांना मदत करू शकतो जर त्यांना ते करत असलेल्या शारीरिक हालचाली आवडत असतील.

कार्यात्मक व्याख्या

लातूर शहर :

लातूर शहर हे भारताच्या महाराष्ट्र राज्यातील एक शहर आहे, आणि मराठवाडा विभागातील सर्वात मोठ्या शहरांपैकी एक आहे. त्याचे भौगोलिक क्षेत्रफळ ३२.५६ किमी२ दरम्यान व्यापलेले आहे आणि लातूर शहराचे अक्षांश विस्तार १८.४०८८° उत्तर आणि ७६.५६०४° पूर्व. पूर्व समुद्रसपाटी वरून ६३१ मीटर (२०७० फूट) सरासरीवर आहे. (https://latur.gov.in/)

शारीरिक क्रियकल्प :

डब्ल्यूएचओ नुसार शारीरिक हालचालींना अस्ति स्नायूंद्वारे उत्पादित केलेली कोणतीही शारीरिक हालचाल म्हणून परिभाषित करते ज्यासाठी ऊर्जा खर्चाची आवश्यकता असते. या अभ्यासात शारीरिक क्रियाकलाप म्हणजे विश्रांतीच्या वेळेत, चालणे, सायकलिंग, खेळ, सक्रिय मनोरंजन आणि खेळ यासह सर्व हालचालींचा संदर्भ आहे.

वृत्ती :

एखादी व्यक्ती, वस्तू, घटना, कल्पना यांबद्दलचा सकारात्मक किंवा नकारात्मक दृष्टिकोन म्हणजे वृत्ती. सदर संशोधनात वृत्ती ही वृत्ती प्रश्नावली मार्फत येणारे प्राप्तांक म्हणजे मुलं व मुली विद्यार्थ्यांची शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याची वृत्ती होय.

संशोधनाची उद्दिष्टे

प्रस्तुत संशोधनाची उद्दिष्टे पुढीलप्रमाणे आहेत

१ . लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाण्याच्या वृत्तीचा अभ्यास करणे.

२. लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाण्याच्या वृत्तीचा अभ्यास करणे.

३. लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा कला,वाणिज्य आणि विज्ञान विभागातील अभ्यास करणे.

४. लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुले व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाण्याच्या वृत्तीचा तूनात्मक अभ्यास करणे.

गृहीतके

सदर संशोधनात सहभागी सर्व लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थी असतील .

सदर संशोधनात सहभागी सर्व लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थी प्रश्नावलीचे प्रमाणिकपणे उत्तरे देतील.

परिकल्पना

यापूर्वी झालेल्या संशोधनाच्या आधारे व संशोधकाच्या स्वतःच्या अनुभवाद्वारे संशोधक पुढील परिकल्पना मांडत आहे.

H१ - लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रिया कालपाकडे पाण्याच्या वृत्तीचा सार्थक फरक आहे.

H० - लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रिया कालपाकडे पाण्याच्या वृत्तीचा सार्थक फरक दर्शवत नाही.

मर्यादा

सदर संशोधनामध्ये इतर कोणते घटक जसे की दैनंदिन दिनचर्या, कौटुंबिक पार्श्वभूमी, सध्याची मनस्थिती इत्यादी उच्च माध्यमिक विद्यालय विद्यार्थ्यांच्या वृत्तीवर परिणाम करू शकतात याचा अभ्यास केला गेला नाही त्यामुळे त्या अभ्यासाच्या मर्यादा आहेत आणि सदर संशोधनात वापरण्यात आलेली प्रश्नावलीच्या उत्तरांमध्ये संशोधकाचे नियंत्रण राहणार नाही.

स्वामर्याद

सदर संशोधनामध्ये लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुली व मुली विद्यार्थ्याच मर्यादित राहतील.

सदर संशोधनामध्ये लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील म्हणजेच ११ वी व १२ वी चे विद्यार्थ्याच मर्यादित राहतील.

प्रकरण दुसरे

संदर्भ साहित्याचा आढावा

१) गोषवारा

शीर्षक:- अडपटेशन ऑफ द एटीट्यूड टूवर्ड् फिजिकल ऍक्टिव्हिटी स्केल फॉर हायर एज्युकेशन स्टुडंट्स इन टर्की.

या अभ्यासाचा उद्देश तुर्की उच्च शिक्षणाच्या विद्यार्थ्यांसाठी "शारीरिक क्रियाकलाप स्केलकडे वृत्ती" (APAS) चे रुपांतर करणे हा होता. तुर्कीच्या मध्य अनातोलिया प्रदेशातील सार्वजनिक विद्यापीठात २०१८-२०१९ शरद ऋतूतील सत्रादरम्यान अभ्यास केला गेला. APAS विद्यापीठाच्या अकरा वेगवेगळ्या विद्याशाखा आणि विभागांमधील १०२१ स्वयंसेवी विद्यापीठाच्या विद्यार्थ्यांना लागू करण्यात आले होते. सांख्यिकीय विश्लेषणामध्ये वर्णनात्मक आकडेवारी, अन्वेषणात्मक आणि पुष्टीकरण घटक विश्लेषणे, अंतर्गत सुसंगतता गुणांक वापरले गेले. एक्सप्लोरेटरी फॅक्टर विश्लेषणाने ६०.२ % भिन्नता स्पष्ट करणारे सहा घटक समाधान प्रकट केले. त्यानंतर, ३८ आयटमवरील पुष्टीकरण घटक विश्लेषणाने ६ -परिमाण मॉडेलसाठी चांगले-ऑफ-फिट निकषांनुसार चांगले फिट असल्याचे दर्शवले. स्केलच्या सायकोमेट्रिक डेटाने दर्शविले की उच्च शिक्षणाच्या विद्यार्थ्यांसाठी स्केलची तुर्की आवृत्ती आवश्यक पातळीपर्यंत पोहोचली आहे. परिणामी, "शारीरिक क्रियाकलाप स्केलकडे वृत्ती" चा वापर तुर्कीमधील उच्च शिक्षणाच्या विद्यार्थ्यांसाठी राष्ट्रीय किंवा क्रॉस-सांस्कृतिक अभ्यासामध्ये शारीरिक क्रियाकलापांच्या वृत्तीचे परीक्षण करण्यासाठी विश्वसनीय आणि वैध मार्गाने केला जाऊ शकतो.

२) गोषवारा

शीर्षक:- हाय स्कूल स्टूडेंट्स एटीट्यूड टूवर्ड फिजिकल एज्युकेशन इन लखनऊ.

हायस्कूलच्या विद्यार्थ्यांची शारीरिक शिक्षणाविषयीची वृत्ती आणि धारणा समजून घेणे महत्त्वाचे आहे कारण ते भविष्यातील कर्मचाऱ्यांचे सदस्य असतील ज्यांना निरोगी जीवनशैली राखण्यासाठी त्यांचे ज्ञान वापरावे लागेल.राष्ट्रीय स्तरावर या सुधारणेतून शारीरिक शिक्षणाला वगळण्यात आलेले

नाही. १९९५ मध्ये नॅशनल असोसिएशन फॉर स्पोर्ट अँड फिजिकल एज्युकेशन (NASPE) ने शारीरिकदृष्ट्या सुशिक्षित व्यक्तीची व्याख्या केली की ज्याच्याकडे "आजीवन आरोग्यपूर्ण शारीरिक क्रियाकलापांचा आनंद घेण्याचे ज्ञान, कौशल्ये आणि आत्मविश्वास आहे" (पृ.११) आणि त्यानंतर सामग्री मानके विकसित केली. भौतिक इलेक्ट्रॉनिक प्रत येथे उपलब्ध आहे: https://ssrn.com/abstract=२२३१९६९ तेव्हापासून, वैयक्तिक राज्यांनी आरोग्य आणि शारीरिक शिक्षणात मानके विकसित केली आहेत. हे ज्ञान आणि कौशल्ये प्रदान करून आमच्या अनेक तरुणांना त्रास देणाऱ्या बैठी जीवनशैलीचा सामना करण्याचा प्रयत्न म्हणून पाहिला जाऊ शकतो ज्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या सक्रिय जीवनशैलीचा पाठपुरावा करण्याच्या निर्णयावर परिणाम होईल. सामग्री मानकांचा विकास हे देखील सुचवू शकतो की शारीरिक शिक्षणाकडे आरोग्य आणि निरोगीपणाला चालना देण्यासाठी एक महत्त्वाचे माध्यम म्हणून पाहिले जात आहे जे विद्यार्थ्यांना शारीरिकदृष्ट्या सक्रिय जीवनशैली जगण्यास प्रभावित करू शकते. लखनौ राज्य शारीरिक शिक्षणासाठी सामग्री मानके स्वीकारण्याच्या प्रक्रियेत आहे जे राज्यभर लागू केले गेले नाहीत. लखनौच्या शाळांमध्ये खेळावर आधारित अभ्यासक्रम देण्याचा पूर्वीचा सराव होता. नवीन सामग्री मानके फिटनेस आधारित अभ्यासक्रमाकडे अधिक लक्ष केंद्रित करण्याच्या उद्देशाने आहेत. या प्रयत्नांमुळे लखनऊ हायस्कूलच्या विद्यार्थ्यांच्या क्रीडा आधारित मॉडेल किंवा फिटनेस आधारित मॉडेलला प्राधान्य देण्याबाबत त्यांच्या मनोवृत्तीची तपासणी करणे महत्त्वाचे आहे.

३) गोषवारा

शीर्षक:- एटीट्यूड ऑफ स्टुडन्ट टू वर्ड्स ई लर्निंग इन साऊथ वेस्ट नायजेरियन युनिव्हर्सिटी: एन एप्लीकेशन ऑफ टेक्नॉलॉजी एक्सेप्टन्स मॉडेल.

या अभ्यासात निवडक दक्षिण-पश्चिम नायजेरियन विद्यापीठांमध्ये ई-लर्निंगकडे विद्यार्थ्यांचा दृष्टिकोन तपासला गेला. विशेषत: या अभ्यासाने तंत्रज्ञान स्वीकृती मॉडेल (TAM) च्या अनुप्रयोगासह वृत्ती आणि शिक्षण यांच्यातील संबंध पाहिला. ३८७ पदव्युत्तर आणि पदवीपूर्व विद्यार्थ्यांच्या नमुन्यातून डेटा गोळा करण्यासाठी प्रश्नावली वापरली गेली. डेटाच्या विश्लेषणासाठी वापरलेली सांख्यिकीय तंत्रे म्हणजे वारंवारता वितरण, साधे रेखीय प्रतिगमन, वन-वे एनोवा आणि

जोडलेली टी-चाचणी गृहीतके तपासण्यासाठी वापरली गेली. निष्कर्षांवरून असे दिसून आले की विद्यार्थ्यांचा ई-लर्निंगकडे सकारात्मक दृष्टीकोन आहे कारण त्यांना ही प्रणाली वापरण्यास सोपी आणि त्यांच्या अभ्यासक्रमासाठी उपयुक्त वाटते. तसेच, वृत्ती ई-लर्निंग प्रणाली वापरण्याच्या हेतूवर प्रभाव पाडते. कीवर्ड: वृत्ती, ई-लर्निंग, तंत्रज्ञान स्वीकृती मॉडेल, नायजेरियन विद्यापीठे.

४) गोषवारा

शिर्षक:- शारिरीक शिक्षण आणि वैकल्पिक शिक्षक प्रमाणन कार्यक्रमात शिकणाऱ्या शिक्षक उमेदवारांचा अध्यापन व्यवसायाकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन.

या अभ्यासाचे उद्दिष्ट शारीरिक शिक्षण आणि क्रीडा शिक्षक उमेदवारांच्या मनोवृत्तीचे परीक्षण करणे, शारीरिक शिक्षण अध्यापन कार्यक्रम आणि तुर्कीमधील वैकल्पिक शिक्षक प्रमाणन कार्यक्रम, अध्यापन व्यवसायाकडे पाहणे हे होते. या अभ्यासाच्या नमुन्यात १७२ शारीरिक शिक्षण शिक्षक उमेदवारांचा समावेश आहे शिक्षण संकायातील वैकल्पिक शिक्षक शिक्षण प्रमाणपत्र प्रशिक्षण, आणि १७९ शारीरिक शिक्षण शिक्षक उमेदवार तुर्कीमधील चार वेगवेगळया विद्यापीठांमध्ये शारीरिक शिक्षण आणि क्रीडा शिक्षक शिक्षण विभागात त्यांचे शिक्षण सुरू ठेवत आहेत. . या अभ्यासात डेटा संकलन साधन म्हणून "शिक्षणाकडे दृष्टीकोन स्केल" वापरला गेला. डेटाचे वर्णनात्मक आकडेवारी आणि द्वि-मार्ग ANOVA चाचणीद्वारे परीक्षण केले गेले. शिक्षक शिक्षण कार्यक्रमाचा अध्यापनाकडे पाहण्याच्या वृत्तीवर मुख्य परिणाम होतो आणि शारीरिक शिक्षण विभागातील शिक्षक उमेदवारांनी वैकल्पिक शिक्षक शिक्षण कार्यक्रमाच्या तुलनेत लक्षणीय उच्च वृत्ती दाखवली.

सदर समस्येची निवड करताना तसेच समस्येचे निराकरण करण्यासाठी योग्य मार्ग संबंधित माहिती देणारे अर्थपूर्ण नकाशे म्हणजे संदर्भय होय. समस्येची निवड करण्यासाठी सखोल दृष्टी संशोधकाला संदर्भ साहित्याच्या अभ्यासामुळे मिळत असते. समस्या निश्चित करण्यासाठी संशोधकाचे कार्य, चले, साधने आणि आलेल्या संशोधनावरून चर्चा करण्यासाठी संदर्भ साहित्याची आवश्यकता असते. म्हणून संशोधकाने लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुली व मुली विद्यार्थ्यांचा शरीर क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा तुलनात्मक अभ्यास करण्यासाठी संशोधन प्रबंध, नियतकालिका, इंटरनेट, पुस्तके याद्वारे माहिती घेण्यात आली.

प्रकरण तिसरे

संशोधन पद्धती

सदर संशोधनात **तुलनात्मक** पद्धतीच्या मदतीने लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुले व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा तुलनात्मक अभ्यास करणे हा आहे.

न्यादर्शन

जनसंख्या

प्रस्तुत संशोधन अभ्यासाची जनसंख्या ही लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील ११वी व १२ वी वर्गातील मुले आणि मुली विद्यार्थी निवड करणार आहे.

न्यादर्श

प्रस्तुत संशोधनासाठी एकूण जनसंख्येतून संभाव्य पद्धतीतील वर्गीकृत यादृच्छिक न्यादर्शन पद्धतीचा अवलंब करून ४०० मुले विद्यार्थी व ४०० मुली विद्यार्थींची निवड करणार आहे.

चल

आश्रयी चल : प्रस्तुत संशोधनात वृत्ती हे चल आहे.

स्वश्रयी चले : १) मुले विद्यार्था २) मुली विद्यार्था

माहिती संकलन करण्याचे साधने

चल	चाचणी	गुणांकन
शारीरिक क्रियाकल्प	वृत्ती प्रश्नावली	५ ते १

वृत्तीची गणना करण्यासाठी, चिल्टन, फॅरिस, गिली, स्कॅफिडी यांच्या " हेल्थ अँड फिटनेस कनसेप्त" पाचव्या आवृत्ती या पुस्तकातून वृत्ती प्रश्नावली वापरली येणार आहे.

स्कोअरची श्रेणी ३० ते १ ५० पर्यंत आहे. या श्रेणीमध्ये येणारे स्कोअर क्रियाकलापांवर एक स्थान असलेल्या मूल्यांचे सामान्य वर्णन दर्शवतात.

संशोधन कार्यपद्धती

सदर संशोधनामध्ये संकलित माहितीच्या प्राप्तांकाचे संख्याशास्त्रीय विश्लेषण करण्यासाठी मध्यमान, प्रमाण विचलन, मध्यमानातील प्रमाणित त्रुटी या वर्णनात्मक संख्याशास्त्रीय साधनांचा वापर करण्यात येईल.

संशोधन प्रक्रिया

संबंधित साहित्याचे पुनरावलोकन केल्यानंतर. संशोधन समस्या तयार केली गेली आणि व्हेरिएबल ओळखले गेले. उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा तुलनात्मक अभ्यास

लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीचा तुलनात्मक अभ्यास

वृत्तीची गणना करण्यासाठी, चिल्टन, फॅरिस, गिली, स्कॅफिडी यांच्या " हेल्थ अँड फिटनेस कनसेप्त" पाचव्या आवृत्ती या पुस्तकातून वृत्ती प्रश्नावली निवडली.

प्रस्तुत संशोधनासाठी एकूण जनसंख्येतून संभाव्य पद्धतीतील वर्गीकृत यादृच्छिक न्यादर्शन पद्धतीचा अवलंब करून ४०० मुलं व ४०० मुली उच्च माध्यमिक विद्यालयातील विद्यार्थांची निवड करणार

वृत्तीची प्रश्नावली विद्यार्थां कडून गुगल फॉर्म द्वारे भरून घेण्यात येणार आहे. प्रश्नावली मार्फत आलेल्या प्राप्तांकाचे संख्याशास्त्रीय विश्लेषण करून अहवाल सादर करणे .

प्रकरण चौथे

संशोधन सामग्रीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वाचन

प्रस्तुत संशोधनात संकलित डेटा सांख्यिकीय तंत्र (IBM SPSS Statistics 2१) वापरून विश्लेषण केले गेले जाणार आहे. लातूर शहरातील उच्च माध्यमिक विद्यालयातील मुलं व मुली विद्यार्थ्यांचा शारीरिक क्रियाकल्पाकडे पाहण्याच्या वृत्तीच्या पातळीची तुलना करण्यासाठी मध्यमान, प्रमाण विचलन, मध्यमनाचे प्रमाणित त्रुटी आणि स्वतंत्र नमुना 'टी चाचणी' (Independent Samples Test) तंत्राचा उपयोग करून उद्दिष्टाचे अर्थनिर्वचन करणार आहे.

प्रकरण पाचवे

सारांश निष्कर्ष व शिफारशी

आधार सामग्रीचे वर्गीकरण विश्लेषण व अर्थनिर्वाचन च्या माध्यमातून जे निष्कर्ष व शिफारशी स्पष्ट होतील ते उद्दिष्ट नरूपी स्पष्ट करण्यात येतील व त्यावर आधारित शिफारसी करण्यात येतील तसेच पुढील संशोधनासाठी विषय सुचविण्यात येतील.

संदर्भ ग्रंथ सूची

संदर्भ

1. जुलिया ग्रीव्ह, अँजेलिका अलोन्सो, ॲना कॅरोलिना पी.जी. बोर्डिनी, गिल्बर्टो लुईस कॅमान्हो (२००७) शारीरिक शिक्षणात शिकत असलेल्या शिक्षक उमेदवारांची वृत्ती आणि अध्यापन व्यवसायाकडे पर्यायी शिक्षक प्रमाणन कार्यक्रम https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/८१८२०९९१३/
2. दिना गोलालीजादेह, वहिदेह तूपचिजादेह, नेगर फसाई आणि नेदा डोलतखाह (२०१९), सौसे, ट्युनिशिया येथील शालेय मुलांमध्ये वजनाच्या स्थितीनुसार शारीरिक हालचालींकडे वृत्ती.
3. वोजिएच रुसेक , १ ,2,३ जोआना बरन , १ ,२ जस्टिना लेस्झाक , १ ,२ मार्झेना ॲडमझॅक, २,३ अनेटा वेरेस, १ राफाब बारन, १ ,२ ग्रझेगोर्झ इंग्लॉट, ४ आणि टेरेसा पॉप १ (२०१८), दक्षिण-पश्चिम नायजेरियन विद्यापीठांमध्ये ई-लर्निंगकडे विद्यार्थ्यांचा दृष्टिकोन: तंत्रज्ञान स्वीकृती मॉडेलचा अनुप्रयोग https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/३०४०६१४७ 304061 47/
4. सर्जिओ सरझा जूनियर, पीटी, डीपीटी, डीआरडीएमए, बी, सी; तारा मॅक्लेलन, पीटी, बीएससीए, सी; जेनिन अल्बिसो, PT, BSCA,C, २०२१ , तुर्कस्तानमधील उच्च शिक्षणाच्या विद्यार्थ्यांसाठी शारीरिक क्रियाकलाप स्केलकडे वृत्तीचे रूपांतर.
5. मालेपे एमएम, गून डीटी*, आन्यानु एफसी अमुसा एलओ, (२०१५),लखनौ मधील हायस्कूल विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक शिक्षणाकडे वृत्ती.

6. आरोग्य आणि फिटनेस संकल्पना (एक प्रोग्राम केलेला दृष्टीकोन) पेपरबॅक - जानेवारी १ , २००३ फ्रेडरिक स्कॅफिडी (लेखक, संपादक), आर्थर फारिस (लेखक), लॅरी गुर्चिक (लेखक), जोएल एर्डमन (लेखक), एस. यूजीन बार्न्स (संपादक)

7. https://vishwakosh.marathi.gov.in/32937/ संकेतस्थळ भेट २२ /०९/२०२३.